



**ASOCIACIÓN DE PERSONAS CON
DIABETES DE LES ILLES BALEARS**



Índice

QUIENES SOMOS	2
ÓRGANOS DE GOBIERNO Y JUNTA DIRECTIVA.....	3
EQUIPO PROFESIONAL	4
¿QUÉ ES LA DIABETES MELLITUS?.....	6
ÁREA ASOCIATIVA	8
SENSIBILIZACIÓN Y DIFUSIÓN.....	12
ACCIONES LLEVADAS A CABO DURANTE EL 2021	14
ACTIVIDADES FORMATIVAS Y LÚDICAS	16
XL Colonia de verano de Educación Diabetológica	16
Talleres formativos.....	19
Conferencias, Encuentros y Jornadas.....	20
SERVICIOS DE ADIBA	22
ATENCIÓN SOCIAL.....	22
ATENCIÓN PSICOLÓGICA.....	31
ASESORIA DE NUTRICIÓN Y DIETÉTICA	40
ENTIDADES PATROCINADORAS Y COLABORADORAS	53

QUIENES SOMOS

- ❖ Una Asociación no lucrativa, declarada de Utilidad Pública desde marzo de 2006, con ámbito de actuación en las Islas Baleares que:
 - ❖ Representa, defiende al colectivo, asesora y educa desde hace 40 años.
 - ❖ Promueve la sensibilización a la población sobre la diabetes mellitus.
- ❖ Una Asociación en la que trabaja de manera conjunta un equipo profesional y miembros de la Junta Directiva para conseguir objetivos y actuaciones encaminadas a favorecer la vida de las personas con diabetes.
- ❖ Los **objetivos y actuaciones** desarrolladas principalmente por ADIBA son:
 - ❖ Reivindicar una mayor calidad en la atención de la persona con diabetes tanto a nivel sanitario como social a fin de lograr la plena integración del colectivo.
 - ❖ Ofrecer información y asesoramiento continuado a las personas con diabetes y sus familias.
 - ❖ Gestionar programas de atención y apoyo psicológico a los pacientes y familiares.
 - ❖ Gestionar programas de información y asesoramiento nutricional a los pacientes y familiares.
 - ❖ Abastecer a las personas con diabetes, materiales cedidos por los Laboratorios e intentar que la Seguridad Social pueda atender la demanda de dichos materiales.
 - ❖ Potenciar la sensibilización social y divulgación sobre la enfermedad, promoviendo un estado de opinión favorable hacia el paciente.
 - ❖ Colaborar con todas aquellas entidades tanto públicas como privadas que contribuyan a mejorar la calidad de vida del enfermo, especialmente en lo relativo al tratamiento así como en la prevención de las complicaciones.

ÓRGANOS DE GOBIERNO Y JUNTA DIRECTIVA

- ❖ La Asociación ADIBA se rige por los Estatutos funcionales aprobados en el momento de su constitución.
- ❖ Se articula por los Órganos de Gobierno y Gestión, siendo la **Asamblea General de socios el Órgano Supremo de la Asociación**. Este, lo conforma la Asamblea General de Socios (socios o quienes legalmente les representen)
- ❖ **La Junta Directiva** (elegida por sus socios) representa a la Asociación y realiza en su nombre cualquier acto o gestión ante los Organismos Públicos y privados, tanto nacionales como internacionales.
- ❖ Durante el año 2021 se han realizado cambios **en la Junta Directiva** de la asociación Adiba:

	29 diciembre 2020 – 14 enero 2021
Presidenta	Catalina Taberner Salva
Vicepresidente	Pablo Serrano Belmonte
Secretaria y Tesorería	Leticia M ^a Hevia Cortés
Vocal	Gabriel Ginard García
Vocal	María del Mar Melià Ros
Vocal	Maria Nieves Marí Marí
Vocal	Ana Amengual Borrás

	14 enero 2021 - actualidad
Presidenta	Catalina Taberner Salva
Vicepresidente	Pablo Serrano Belmonte
Secretaria y Tesorería	Leticia M ^a Hevia Cortés
Vocal	Gabriel Ginard García
Vocal	Ana Amengual Borrás
Vocal	María del Mar Melià Ros
Vocal	Maria Nieves Marí Marí

EQUIPO PROFESIONAL

	EQUIPO TÉCNICO 2021
Psicología	María Pons Obrador Cristina Hill Bestard
Nutrición y Dietética	Andrea Cadenas Perez
Trabajo Social	Leonor Bonnín Galmes Adela Villalonga Felipe

PSICÓLOGAS



María Pons (enero- agosto)



Cristina Hill (agosto- diciembre)

NUTRICIONISTA



Andrea Cadenas (enero-diciembre)

TRABAJADORAS SOCIALES



Leonor Bonnín (enero-diciembre)



Adela Villalonga (enero-diciembre)

ADMINISTRATIVO



Juan José Pérez (enero- agosto)



Martín Solé (agosto- diciembre)

FICHA DE LA ENTIDAD	
Nombre	Asociación de personas con diabetes de les Illes Balears (A.D.I.B.A.)
Fecha de constitución	Diciembre 1.980
Forma jurídica	Asociación Declarada de Utilidad Pública (marzo 2006)
Nº socios	830
Nº Registro	nº Autonómico 702
NIF	G 07084098
Domicilio Social	c/ Ter nº 27 1º - 07009 Palma
Teléfono	971 72 32 43
Correo electrónico	adiba@adiba.es
Web	www.adiba.org
Presidenta	Catalina Taberner Salvá
Federaciones a las que pertenece	F.E.D.E (Federación Española de personas con Diabetes)
Organismos a los que pertenece:	Consejo Asesor de diabetes de les Illes Balears Plataforma de Asociaciones Nacional

¿QUÉ ES LA DIABETES MELLITUS?

La Diabetes Mellitus (DM) es una **enfermedad crónica** causada por una deficiencia en la secreción o en la acción de una hormona que se forma en el páncreas: **la Insulina**. Esta es una hormona que controla la utilización del **azúcar** (o glucosa) que es fundamental para dar energía a todas las células del cuerpo. Cuando hay problemas con esta hormona, la glucosa aumenta en la sangre y entonces se produce la hiperglucemia.

Se distinguen principalmente dos tipos de diabetes:

- ❖ **Diabetes Mellitus Tipo 1:** Es la que aparece en la infancia o la juventud. La enfermedad se desarrolla por el ataque del sistema inmune contra las propias células beta del páncreas que son las que producen la insulina y que son destruidas.

El tratamiento se basa en la inyección de Insulina desde el primer momento que es diagnosticada, la dieta y el ejercicio físico. Además de los controles frecuentes de glucemia y la educación diabetológica.

El debut o inicio acostumbra a ser brusco, aparecen unos síntomas muy característicos: necesidad de orinar con frecuencia, sed intensa, pérdida de peso y hambre excesiva, cansancio...

- ❖ **Diabetes Mellitus Tipo 2:** Es la que comúnmente aparece más tarde. Puede pasar desapercibida durante mucho tiempo dificultando el diagnóstico y un tratamiento precoz. Está condicionada a la herencia y muy relacionada con el sobrepeso, la obesidad y el sedentarismo. De hecho se ha acuñado un nuevo término para definir a estos pacientes: "Diabesidad".

En este caso, como la aparición de la enfermedad es progresiva, el tratamiento puede ser: Dieta y Ejercicio Físico con el objetivo de alcanzar o mantener un peso saludable o razonable para cada persona. Si esto no fuese suficiente se utilizan los antidiabéticos orales y/o la Insulina.

Los puntos básicos en el **tratamiento** de la diabetes son los siguientes:

- ❖ Medicación con insulina o antidiabéticos orales.
- ❖ Educación diabetológica: que tiene como objetivo mejorar el conocimiento y las habilidades de las personas con diabetes capacitándolas para asumir el control de la enfermedad en la vida cotidiana. Para ello, es importante realizar una adecuada educación nutricional, estimular la práctica de ejercicio físico, ajustar la pauta de insulina a los controles de glucemia, enseñar el manejo de las técnicas de autoinyección, el manejo de las complicaciones, etc.

La aceptación de la enfermedad, que incluiría los aspectos emocionales desde el impacto del diagnóstico hasta la normalización de la enfermedad y el tratamiento en el día a día.

Uno de los mejores indicadores del control de la diabetes es el test de la Hemoglobina Glicosilada, que determina la media del nivel de glucosa en los últimos 3 meses. Se pueden utilizar los resultados de este test para mejorar el control y de esta manera reducir el riesgo de complicaciones.

¿Cómo afecta a la vida diaria?

En el mismo momento en que se diagnostica la diabetes, el paciente se encuentra en una situación en que tiene que aceptar la nueva situación y aprender a convivir con el tratamiento a seguir.

Es muy importante entender que los tratamientos no son una carga, sino una oportunidad para llevar una vida plena y de calidad.

Siempre y cuando sea posible se recomienda seguir con todas aquellas actividades saludables que se desarrollan habitualmente, para mantener al máximo la vida cotidiana que se ha llevado hasta el momento.

Como todas las enfermedades crónicas, la **DIABETES** lleva asociado un proceso de aceptación dónde pueden surgir miedos, desalientos, estrés... El acompañamiento de la familia y los amigos en los momentos de iniciar el tratamiento, a la hora de tomar decisiones, etc. tiene un papel fundamental para ayudar a superar estos sentimientos.

ÁREA ASOCIATIVA

- ❖ Una de las áreas más importantes de trabajo de la asociación consiste en la representación y defensa del colectivo, tarea que viene desarrollándose desde los inicios de la asociación.
- ❖ Está destinada a los pacientes con diabetes y sus familiares.
- ❖ Las personas implicadas en esta área son la Junta Directiva y el personal de ADIBA
- ❖ Las **actividades** realizadas por la Junta Directiva durante este 2021 han sido:
 - ❖ **Participación y representación: 25 actos**
 - ❖ 16/01/2021 Asamblea FEDE (Elección nuevo presidente), reunión virtual
 - ❖ 26/02/2021 Entrevista candidatos auxiliar administrativo
 - ❖ 2/03/2021 Entrevista candidatos auxiliar administrativo
 - ❖ 3/03/2021 Reunión campamento de verano con Xisco Torá i Andrea Cadenas
 - ❖ 22/03/2021 Reunión plataforma zoom organización campamento equipo ADIBA
 - ❖ 22/03/2021 gestión con la ADC (Cataluña) para la gestión del nuevo programa de base de datos
 - ❖ 25/03/2021 Asamblea ADIBA (plataforma zoom)
 - ❖ 27/03/2021 Asamblea FEDE (plataforma zoom)
 - ❖ 21/04/2021 Reunión campamento ADIBA
 - ❖ 10/05/2021 Reunión equipo ADIBA
 - ❖ 24/05/2021 Reunión equipo ADIBA
 - ❖ 2/06/2021 Presentación a la Webinar de Andrea Cadenas
 - ❖ 22/06/2021 Reunión telefónica con el presidente de COPOIB (convenio podólogos)
 - ❖ 14/07/2021 Reunión campamentos educación diabetológica.
 - ❖ 18/09/2021 Congreso FEDE Elche
 - ❖ 22/09/2021 Reunión equipo ADIBA
 - ❖ 14/10/2021 Reunión ADIBA-ALCER nuevo proyecto La Caixa

- ❖ 17/10/2021 Visita a instalaciones para realizar el próximo encuentro de personas con diabetes (Club náutico del Arenal, y Hotel Occidental Playa de Palma.
- ❖ 27/10/2021 Webinar: "Alimentación en diabetes tipo 2" con Andrea Cadenas, nutricionista de Adiba
- ❖ 30/10/2021 (Maria del Mar Melià Ros, vocal de la Junta Directiva) Acto de reconocimiento del Centre Cultural Sa Nostra a las Entidades Sociales que han obtenido subvención.
- ❖ 20 y 21/11/2021 Encuentro de personas con diabetes en el Hotel Occidental Playa Palma. Conferencia Dra. Maria Caimari "100 años con insulina".
- ❖ 30/11/2021 (Pablo Belmonte Serrano, vicepresidente) Encuentro online Paciente Activo como paciente activo y en representación de ADIBA.
- ❖ 1/12/2021 (Maria del Mar Melià Ros, vocal de la Junta Directiva) II Trobada d'entitats de salut: ciutat de futur. Centre Flassaders. Ajuntament Palma
- ❖ 27/12/2021 Entrega premios concurso dibujo de Navidad y Diabetes
- ❖ 4/12/2021 Jornada sobre diabetes UNED. Ponentes Iñaki Lorente y Serafín Murillo
- ❖ **Reuniones con otras entidades y/o profesionales: 18**
 - ❖ 15/01/2021 reunión plataforma zoom Dra. Mercedes Codina (HUSE)
 - ❖ 18/01/2021 Conferencia plataforma zoom Dra. Mercedes Codina (HUSE)
 - ❖ 02/02/2021 Reunión TV Fibwi
 - ❖ 03/02/2021 Reunión TV Fibwi
 - ❖ 10/02/2021 Reunión con Irene Sangil, presidenta ALCER
 - ❖ 11/02/2021 Reunión Escuela hostelería UIB
 - ❖ 18/02/2021 Reunión con el presidente de FEDE i Adipitiusas
 - ❖ 31/03/2021 Reunión en HUSE con las Dras. Mercedes Codina i Maria Caimari
 - ❖ 8/04/2021 Reunión plataforma zoom con empresa Play Off, para la gestión de ADIBA
 - ❖ 14/04/2021 Reunión plataforma zoom con empresa Play Off, para la gestión de ADIBA

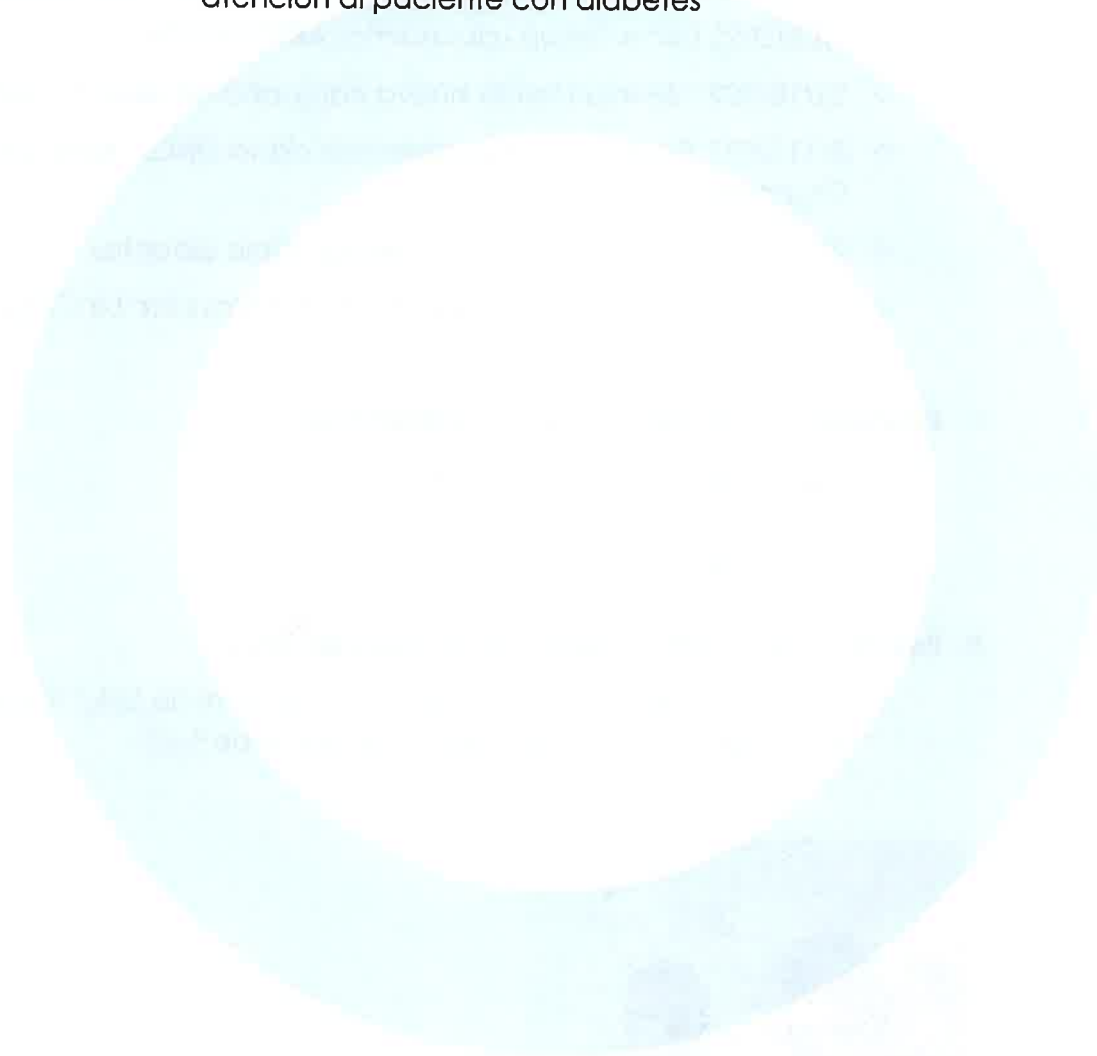
- ❖ 19/04/2021 Reunión plataforma zoom con la Sra. Montse de la empresa SANOFI
 - ❖ 13/05/2021 Reunión plataforma zoom Focus group ABBOT y FEDE
 - ❖ 9/07/2021 Firma del convenio con el Colegio de Podólogos de Baleares, con el presidente de COPOIB (convenio podólogos)
 - ❖ 2/08/2021 Focus Group Laboratorios ABBOT i FEDE
 - ❖ 22/10/2021 Reunión Erosky nueva campaña de Mide Sonrisas
 - ❖ 3/11/2021 Reunión con la directora de la UNED Judit Vega. Organización conferencias
 - ❖ 29/11/2021 Reunión cadena Fibwi reportaje diabetes
 - ❖ 21/12/2021 Reunión ADIBA-ALCER nuevo proyecto La Caixa.
-
- ❖ **Reuniones miembros de la Junta Directiva: 3**
 - ❖ 14/01/2021
 - ❖ 16/02/2021
 - ❖ 27/05/2021

 - ❖ **Reuniones con representantes la administración: 1**
 - ❖ 19/07/2021 Reunión con la Directora General de Salut Pública, Sra. Eugènia Carandell. Sala juntas Servei de Salut.



❖ **Participación en medios de comunicación: 3 participaciones**

- ❖ 12/11/2021 Entrevista IB3 radio
- ❖ 14/11/2021 Entrevista Cadena Ser Radio
- ❖ 31/12/2021 Entrevista Radio Nacional de España sobre la atención al paciente con diabetes



SENSIBILIZACIÓN Y DIFUSIÓN

- ❖ Una de las finalidades de la asociación es la sensibilización de la población general sobre la enfermedad de la diabetes tanto en prevención como en tratamiento.
- ❖ A través de un grupo de voluntarios miembros de la asociación, profesionales de los diferentes hospitales y personal de la asociación desarrollan las campañas de sensibilización, centrada en actos deportivos, culturales y sociales donde se reparte información sobre los cuidados de la diabetes.
- ❖ También se realiza difusión a través de la página web y RRSS.
- ❖ Va destinado a las personas con diabetes, familiares, profesionales y población en general.
- ❖ Las personas implicadas son las trabajadoras sociales, la psicóloga, la dietista-nutricionista y la Junta Directiva

8 de marzo. Día internacional de la Mujer



19 de octubre. Día de la lucha internacional contra el cáncer de mama



14 de noviembre. Día mundial de la diabetes



ACCIONES LLEVADAS A CABO DURANTE EL 2021

Participación en la campaña EROSKI MIDE SONRISAS



Entrega de la cesta de navidad



adiba
a tu servicio

Obsequio al ganador del I concurso de dibujo



Algunas de las instituciones públicas que iluminaron sus fachadas de color azul con motivo del DMD

Palma



Llucmajor



Firma convenio de colaboración con el Colegio Oficial de Podólogos de las Islas Baleares



ACTIVIDADES FORMATIVAS Y LÚDICAS

Con el fin de desarrollar una vida activa y satisfactoria, la asociación Adiba organiza diferentes actividades. Las actividades organizadas por la Junta Directiva o por el personal de la asociación, están destinadas a generar redes relacionales entre sus miembros. Estas actividades están dirigidas a pacientes con diabetes y sus familiares.

XL Colonia de verano de Educación Diabetológica

La educación diabetológica que se aprende en las colonias, gracias al manejo diario de la diabetes, a través de juegos, practicar diferentes deportes y realizar numerosas actividades, no sólo permite mejorar el control de la diabetes sino que también ayuda a conseguir una total integración social.

Los objetivos de las colonias son:

- ❖ Promover la autonomía, la autoestima de los niños con diabetes y la normalización de la enfermedad en su día a día.
- ❖ Potenciar la convivencia y la solidaridad con sus compañeros con diabetes.
- ❖ Reforzar la capacidad para resolver situaciones conflictivas producidas por la diabetes como hipoglucemias, cetonúrias, etc.
- ❖ Evidenciar la importancia del aumento de conocimientos y habilidades para mejorar el control y para potenciar una mayor participación en las actividades propias de su edad.

- ❖ Destacar los efectos positivos del ejercicio físico regular sobre su control metabólico y así como los riesgos de una actividad mal programada
- ❖ Estimular la participación de los jóvenes, relacionarlos entre ellos y los monitores.
- ❖ Promover actitudes de participación, cooperación y respeto.
- ❖ Aprender a gestionar los espacios diarios de convivencia y de autosuficiencia.

Se han realizado las XL Colonias de Educación Diabetológica, este año se han realizado dos campamentos según las edades de los participantes:

- ❖ Campamento en La Victoria (Alcúdia): desde el sábado 21 de agosto al lunes 23 de agosto. Asistencia de participantes con edades comprendidas entre los 7 y los 12 años, con una participación total de 16 niñ@s.
 - ❖ Las personas implicadas fueron:
 - Personal sanitario:
 - ❖ 3 médicos (2 endocrinas adultos y 1 endocrina pediátrica)
 - ❖ 2 enfermeros/as
 - ❖ 2 monitores de tiempo libre
 - ❖ 1 director
 - Personal de ADIBA
 - ❖ 1 trabajadora social
 - ❖ 1 psicóloga
 - ❖ 1 nutricionista
- ❖ Campamento La Vinyeta (Ciutadella, Menorca): desde el martes 24 de agosto al sábado 28 de agosto. Asistencia de participantes con edades comprendidas entre los 13 y los 17 años, con una participación total de 20 jóvenes.



19 de noviembre 2021 (continúa durante el 2022) “Valortema” Taller de psicología para jóvenes

TALLERES GRATUITOS

VALORTEMA

PSICOLOGÍA ADIBA

19 de noviembre 2021

GRUPO CERRADO PLAZAS LIMITADAS

Talleres para jóvenes entre 15 y 17 años que quieran compartir un tiempo con sus iguales pudiendo hablar de diferentes temáticas realizando actividades de resolución de conflictos y juegos fomentando las habilidades sociales.

FECHAS Y HORARIO:

VIERNES	VIERNES	VIERNES	VIERNES	VIERNES	VIERNES	VIERNES	VIERNES
19	17	14	18	18	29	20	17
NOVIEMBRE	NOVIEMBRE	OCTUBRE	NOVIEMBRE	NOVIEMBRE	NOVIEMBRE	NOVIEMBRE	NOVIEMBRE

UBICACIÓN: Calle de Cala Brava, 15 Palma - Palma San Felice

INSCRIPCIONES: <https://adiba.playa/informatica.com/actividad/VALORTEMA/>

TEMÁTICAS

INFLUENCIA SOCIAL

MANEJO DE PENSAmientos NEGATIVOS

CONDUCTAS ADAPTADAS

MANEJO EN SITUACIONES DE ESTRÉS

AUTOESTIMA Y ASPECTOS DE LA PERSONALIDAD

HABILIDADES COMUNICATIVAS

TALLER DE PREGUNTAS SOBRE SEXUALIDAD

BULLYING

GESTIÓN DE EMOCIONES

NUEVAS TÉCNICAS PARA MEJORAR LA FOCALIZACIÓN Y RESPONDEABILIDAD

Conferencias, Encuentros y Jornadas

Encuentro para personas con diabetes y sus familiares. Hotel Occidental Playa de Palma entre los días 20 y 21 de noviembre de 2021



Jornada sobre Diabetes. Edificio Guillem Mesquida (UNED Illes Balears) 4 de diciembre de 2021



ATENCIÓN SOCIAL

Servicio de Atención Social

Descripción	<p>Desde este proyecto se reciben las primeras demandas de pacientes y familiares en la Asociación. La atención se realiza preferentemente a través de entrevistas personales, pero en el caso de no ser posible se ofrece una información por vía telefónica o por correo electrónico.</p> <p>A través de este servicio se realizan las derivaciones internas a otros servicios de la Asociación, o externas a otros recursos sociales, laborales, sanitarios...</p>
Objetivo	<p>Desde esta área se pretende hacer llegar a las personas con diabetes los recursos existentes (tanto internos como externos) y detectar las necesidades que le son propias al colectivo, recogiendo las quejas, sugerencias y dudas de las personas con la misma enfermedad.</p>
Destinatarios	<p>Pacientes y familiares Población en general</p>
Fecha de ejecución	<p>Inicio: 1 de enero de 2021 Finalización: 31 Diciembre de 2021</p>
Actividades realizadas	<ul style="list-style-type: none"> ● <u>Atención individualizada en la asociación:</u> 88 personas atendidas con 172 intervenciones El servicio de atención social se lleva a cabo a través de una atención individualizada, preferentemente con entrevistas personales. En caso de no ser posible durante la PANDEMIA por COVID se realiza una atención vía telefónica o por correo electrónico. ● <u>Otras actividades:</u> <ul style="list-style-type: none"> - Reuniones con diferentes servicios de la administración: sociales, sanitarios y docentes. - Participación en actividades lúdicas de la asociación - Elaboración y justificación de proyectos, memorias e informes.

- Participación y apoyo a la Junta Directiva con el servicio de "Sensibilización y Difusión"
- Participación en la planificación y organización de las actividades de la asociación:
- **Campamento de Educación Diabetológica (agosto)**
- **Jornada Sobre Diabetes (noviembre) y**
- **Encuentro de personas con diabetes (diciembre)**
- Reuniones de equipo en las que participan dietista-nutricionista, trabajadora social, psicóloga y Presidenta, donde se hace seguimiento.
- Representar a la asociación en las diferentes actividades que se hacen.
- Atender, informar y recibir sugerencias de socios y usuarios.
- Varios contactos con las Consellerías de Salud y Educación para revisar y actualizar el Convenio para la atención integral del niño con Diabetes en las escuelas y campamento
- Coordinación con FEDE y con la FUNDACIÓN PARA LA DIABETES
- Coordinación con diferentes entidades como los Servicios Sociales de los ayuntamientos
- Presencia reunión de IDISBA
- Reuniones con los profesionales de los hospitales públicos de Mallorca y de Menorca.
- Atender y gestionar junto con el resto del equipo las redes sociales de la asociación
- -Coordinación con diferentes Laboratorios.

Personas implicadas	Leonor Bonnín Galmés - Trabajadora social Adela Villalonga Felipe – Trabajadora social
Dedicación	10 horas semanales 15 horas semanales
Forma de contacto	971 72 32 43 trabajadorasocial@adiba.es tsocial@adiba.es

**Lugar de
realización**

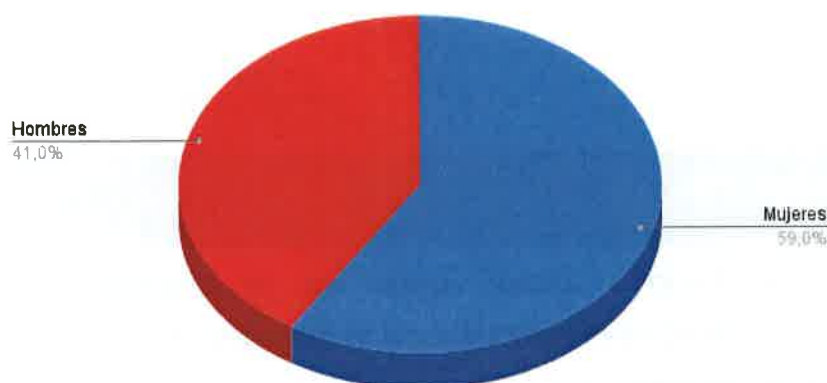
Sede de ADIBA – Calle Ter, 27, 1º de Palma (Polígono Son Fuster)

INFORME DE RESULTADOS DEL PROYECTO

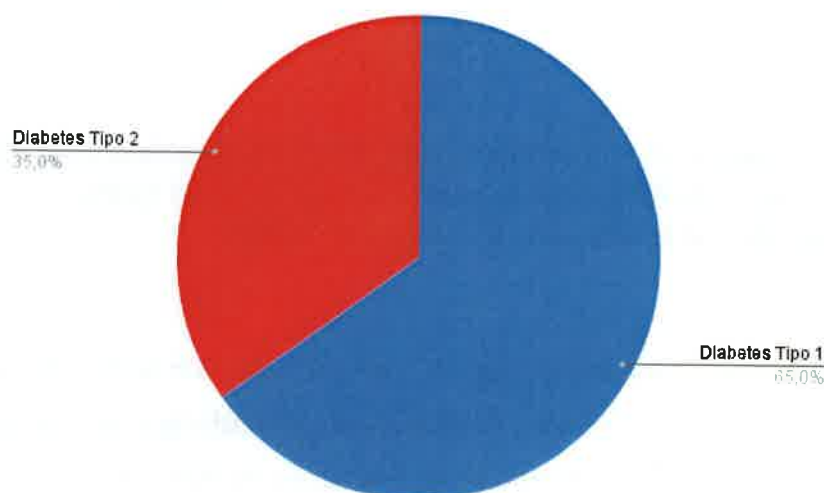
La distribución de las personas atendidas en las diferentes actividades del servicio información y asesoramiento realizadas se muestra en la gráfica nº 1. Donde acude más gente es a la Atención individual en ADIBA.

Durante el 2021 han sido atendidos por el Servicio de Atención Social Información y Asesoramiento a un total de **88 personas con diabetes** de manera individual que han generado 172 intervenciones. Por tanto, el número de visitas media por persona ha sido de 2,20 (Min: 1 y Max: 4).

El 41% han sido hombres y el 59% han sido mujeres. Min: 4 años, Máx: 77 años.



Este año se han atendido a más personas con diabetes tipo 1, un 65% frente al 35% de personas con diabetes tipo 2



El mayor número de personas atendidas son del Hospital Son Espases (42%), seguido del Hospital Son Llatzer y el Hospital de Manacor

La atención telemática ha sido de un 32%

Campamento 2021

Las Trabajadoras Sociales forman parte de la organización y coordinación de las 40ª Colonias de Educación diabetológica de ADIBA. Este año se han realizado dos campamentos que han acogido a participantes desde los 7 años hasta los 18.

Se ha desarrollado en el municipio de Alcudia, concretamente en La Victoria, desde el 21 de agosto hasta el 23 de agosto el campamento de los pequeños con 15 participantes

Los mayores (20 participantes) disfrutaron en Ciudadela (Menorca) el campamento del 24 al 28 de agosto

Proyectos presentados y concedidos

- Eroski. Mide Sonrisas 2021.
- Acció Social 2021 Fundació Sa Nostra i CaixaBank.
- Subvenció Fundació Guillem Cifre de Colonya 2021.
- Continuación del proyecto IRPF 2020/2021 para ejecutar durante los años 2021/2022.
- Convocatoria de subvenciones aprobadas por la Conselleria de Salut i Consum Para llevar a cabo actividades en materia de salud pública 2021.
- Dirección General de Planificación, Equipamientos y Formación. Convocatoria de subvenciones destinadas a entidades privadas sin ánimo de lucro para la financiación de gastos en la adquisición de vehículos eléctricos y la adquisición o mantenimiento de herramientas informáticas y tecnológicas utilizadas en la prestación de servicios sociales en las Islas Baleares.

VALORACIÓN DEL PROYECTO	
<p>Puntos fuertes del proyecto</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Alta demanda de atención por parte de las familias con un menor diagnosticado de DMI. - Desde el hospital de Son Espases seguido del Hospital Son Llätzer, dan información de la asociación a las familias con un menor diagnosticado de DM1 - Trabajo en equipo. - Adaptación del trabajo a la nueva situación de teletrabajo debido a la pandemia COVID19 - Mayor presencia en REDES SOCIALES - Trabajar más para la prevención de la Diabetes tipo2 (en proyecto colaboración con la Conselleria de Salut i Consum) - Sube ligeramente demanda de atención por parte de pacientes con DM2 - Continuar dando vía mail la información de interés que nos llega-

Puntos débiles

- Contratación auxiliar administrativo, libera de tareas a los profesionales.
-

- Poco contacto con el Hospital de Inca y Hospital de Manacor
 - No hay comunicación ni canal para saber que pacientes están visitando el psicólogo del HUSE.
 - Poca derivación por parte del personal sanitario de endocrinología de adultos.
 - Limitaciones en las convocatorias por no cumplir requisitos de actividades dirigidas a personas con certificado de discapacidad.
 - Poca presencia en las visitas al personal sanitario recordando la tarea de la asociación.
 - Pocas horas laborables a la semana, días ocupados con otras gestiones.
 - Presencia de carteles, folletos en los centros hospitalarios y centros de salud.
 - Elaborar convenios de colaboración con los hospitales de Mallorca.
 - Presencia a título informativo de la asociación en farmacias.
 - Cambio de Junta Directiva a finales del 2019 lo que ha producido un período de adaptación
 - Hay socios que no tienen correo electrónico y no les llega información de interés de la asociación
-

Elementos clave del éxito del proyecto

- Aumentar el contacto con el personal sanitario.
- Aumentar trabajo comunitario, colaborar y hacer más talleres
- Seguir coordinación con la Federación de Diabéticos a nivel nacional

Propuestas de mejora

- El canal de comunicación conseguido hasta ahora es óptimo: página web, Facebook y hemos incluido Instagram.
- Seguir dando la mayor difusión posible.
- Aumentar número de socios.
- Presentar proyectos a convocatorias y que salgan elegidos.
- Continuar trabajando con los hospitales haciendo visitas.
- Revisar los convenios de colaboración con los hospitales.
- Ayudar a que sean los propios socios que organicen actividades (por ej. : excursiones, encuentros, etc)

DIVULGACIÓN EN REDES ATENCIÓN SOCIAL

15 DE FEBRERO 2021

18 FEBRERO DE 2020

2 DE MARZO DE 2021

66 NUEVA LEY DE PERROS DE ASISTENCIA 99

Ley 5993/21, de 18 de febrero, de modificación de la Ley 1321/14, de 21 de febrero, de perros de asistencia, número de registro 8877-77; Pagina 8281-8284

SE INCLUYEN NUEVAS CATEGORÍAS EN PERROS DE ASISTENCIA:

- EXISTENTES**
 - Perro guía
 - Perro de señalización de sonidos
 - Perro de servicio
- NUEVAS**
 - Perros de aviso o alerta médica
 - Perros para personas con trastornos del espectro autista

SE HA CONSIDERADO EL PERRO DE ASISTENCIA COMO UNA AYUDA EXTRA PARA LAS FAMILIAS INTEGRADAS POR PERSONAS CON DISCAPACIDAD VISUAL, AUDITIVA, AUTISMO O SIMILAR.

PERSONAS BENEFICIARIAS

- EXISTENTES**
 - Personas con discapacidad visual
 - Personas con discapacidad auditiva
 - Personas con trastornos de movilidad
- NUEVAS**
 - Personas que sufren con tipo de discapacidades, físicas o sensoriales
 - Trastornos endocrinos
 - Cualquier tipo de enfermedad que requieran o puedan requerir o para las que sea necesario o conveniente la existencia de perros de asistencia.

15 DE MARZO DE 2021

Jornades de #cienciaSalut

1 Jornada sobre la Vacunación Covid-19

Límit de la Ciència i la Salut

18 de març de 15.00 a 20.00 h

Embrós pel canal Youtube de la Conselleria de Salut i Consum

8 DE ABRIL DE 2021

40° COLONIAS

EDUCACIÓN DIABETOLÓGICA

CAMPAMENTO LA VICTORIA

NACIDOS: 2009-2014

21-23 AGOSTO

RUBÉNOSA SA VINYETA

NACIDOS: 2005-2008

24-28 AGOSTO

INSCRIPCIONES

971 723 243

nutricionista@adiba.es

La Victoria: 120€ p/a

Sa Vinyeta: 300€ p/a

4 DE MAYO DE 2021

RUTAS SALUDABLES

¿QUÉ SON?

Es un proyecto llevado a cabo por la Conselleria de Salut en el que se crean rutas adaptadas a la vida cotidiana, generalmente entorno a los centros de salud, que fomentan la socialización de los vecinos en su propio entorno mediante la práctica de actividad física en grupo, contribuyendo al fortalecimiento del tejido social a la vez que se fomenta la actividad física, mejorando así la salud de toda la comunidad.

18 DE MAYO DE 2021

PERROS DE ALERTA MÉDICA

17 DE JUNIO DE 2020

VERANO Y TIEMPO LIBRE

Llegan las vacaciones de verano y muchos niños y niñas quieren disfrutar de su tiempo libre asistiendo a multitud de actividades: escuelas de verano, campus, colonias, campamentos, etc.

Cuando una persona padece una enfermedad crónica como es la diabetes son muchas las dudas y preocupaciones que nos pueden surgir a la hora de realizar actividades de ocio y tiempo libre.

Estas dudas pueden surgir tanto a sus progenitores y/o tutores como a las empresas que organizan estas actividades.

TIPS

Desde ADIBA queremos facilitarle indicaciones a seguir a la hora de iniciar cualquier actividad...



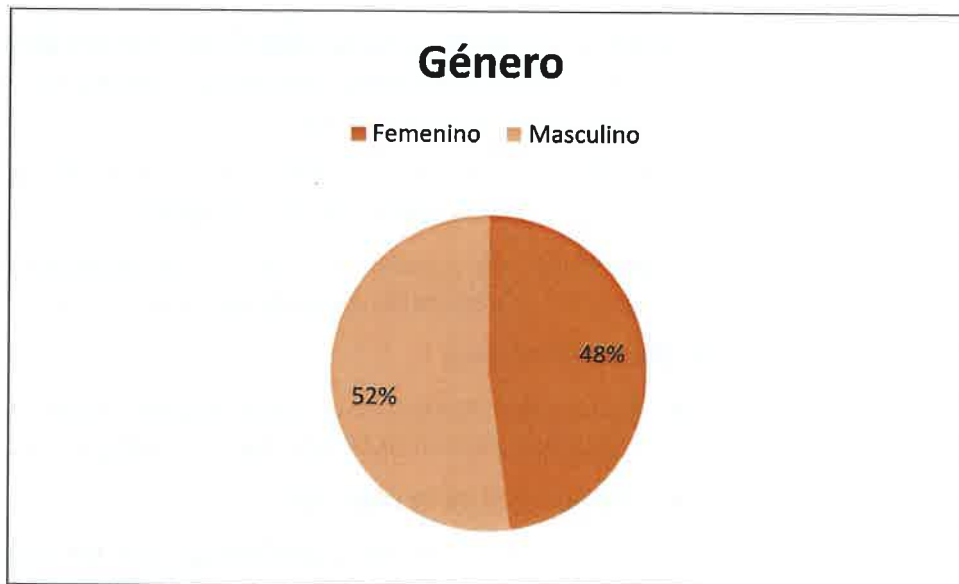
ATENCIÓN PSICOLÓGICA

Servicio de Atención Psicológica	
Descripción	Facilitar a través del acompañamiento y trabajo psicoterapéutico el proceso de adaptación a la enfermedad, al tratamiento y a los diferentes cambios y/o dificultades que van apareciendo tras el diagnóstico.
Objetivo	Prestar apoyo psicológico ante el cambio de vida que se produce tras el diagnóstico de diabetes en cualquier persona: niño, joven o adulto y su familia.
Destinatarios	Pacientes y familiares Personal sanitario
Fecha de ejecución	Inicio: 1 de enero de 2021 Finalización: 31 diciembre de 2021
Actividades realizadas	<ol style="list-style-type: none"> 1. Atención psicológica: se han realizado un total de 63 Intervenciones Individuales. 2. Atención Individualizada: sesiones individualizadas de aproximadamente una hora de duración en que se realiza una intervención psicológica o un asesoramiento básico relacionado con la diabetes. Esta intervención se ha llevado a cabo tanto de manera presencial como telefónica. 3. Contacto con profesional sanitario de Servicios de Endocrinología, pediatría y otros profesionales (trabajadores sociales, maestros...) por motivos de derivación y trabajo conjunto de los diferentes casos. 4. Preparación y Asistencia a las Colonias Diabetológicas: <ul style="list-style-type: none"> • Agosto de 2021 en las instalaciones de la Victoria, en Alcudia. • Dos talleres de gestión emocional dirigido a niños y adolescentes (19 noviembre y 17 diciembre). 5. Consultas telemáticas: teléfono y correo electrónico: psicologa@adiba.es 6. Actividades de gestión: organización Ciclo de Conferencias, apoyo en la creación, gestión y divulgación de actividades, atención a consultas de socios y usuarios.

	<p>7. Elaboración de material de difusión de manera semanal. Se difunde tanto por correo electrónico, redes sociales y la página web de la asociación.</p> <p>8. Reuniones de equipo: se realizan reuniones mensuales con el equipo multidisciplinar de la asociación.</p> <p>9. Supervisión de casos: se realiza coordinación con los diferentes profesionales implicados en un caso.</p> <p>10. Otras actividades</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Formación. Asistencia a cursos, conferencias y webinars relacionadas con el ámbito de la psicología y la diabetes. ● Día Mundial de la Diabetes. <ul style="list-style-type: none"> ○ Apoyo en la coordinación de las actividades propuestas.
Personas implicadas	<p>María Pons Obrador (Psicóloga Col. Nº B-2335) de enero a agosto.</p> <p>Cristina Hill Bestard (Psicóloga Col. Nº B-02474) de agosto a diciembre.</p>
Dedicación	10 horas semana
Contacto	Tlf.:971 72 32 43 psicologa@adiba.es
Lugar de realización	Sede de ADIBA – C/Ter, nº27 1º (Despacho 14) Edificio PalmaZenter. Polígono Son Fuster Hospital Universitari Son Espases Hospital Comarcal de Manacor Hospital son llatzer

INFORME ATENCIÓN PSICOLÓGICA

Durante el año 2021, desde el Servicio de Atención Psicológica de la asociación de personas con diabetes, han sido atendidas **34 personas** que han generado un total de **48 intervenciones individuales**. Del total de usuarios, el 48% han sido mujeres, frente al 52% de hombres.



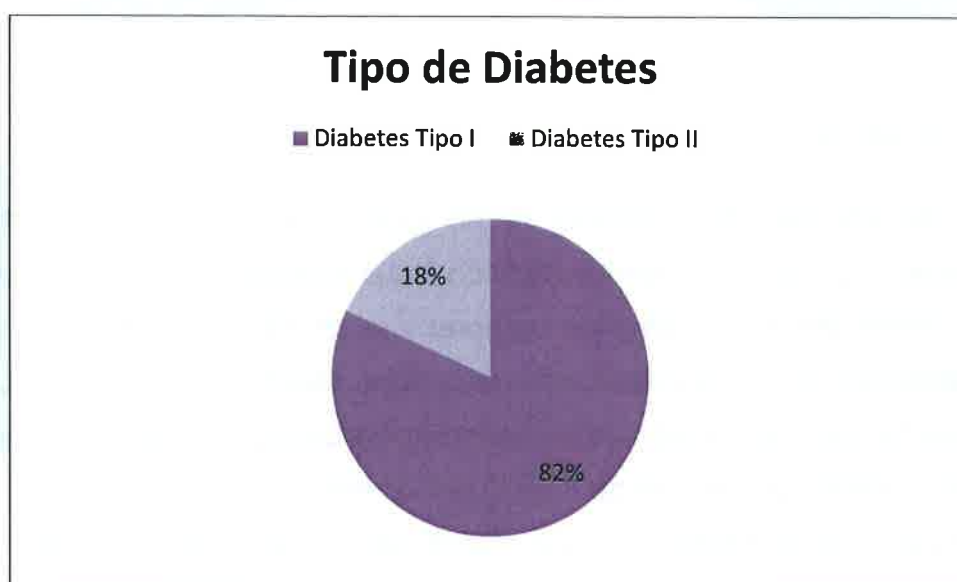
Gráfica 1. Género de pacientes.

De las personas que fueron atendidas por el Servicio de Atención Psicológica de la asociación, la mayor parte de ellos, el 52%, fueron derivados o tienen como hospital de referencia el Hospital Universitari de Son Espases (HUSE), el 9% restantes fueron derivados del Hospital de Son Llatzer (HSL), 27% de Manacor y el restante, siendo 12% de otros centros hospitalarios. Por lo que se refiere a los hospitales públicos, durante el período de 2021, no ha habido ninguna petición, ni ninguna intervención de usuarios procedentes del Hospital Comarcal de Inca.



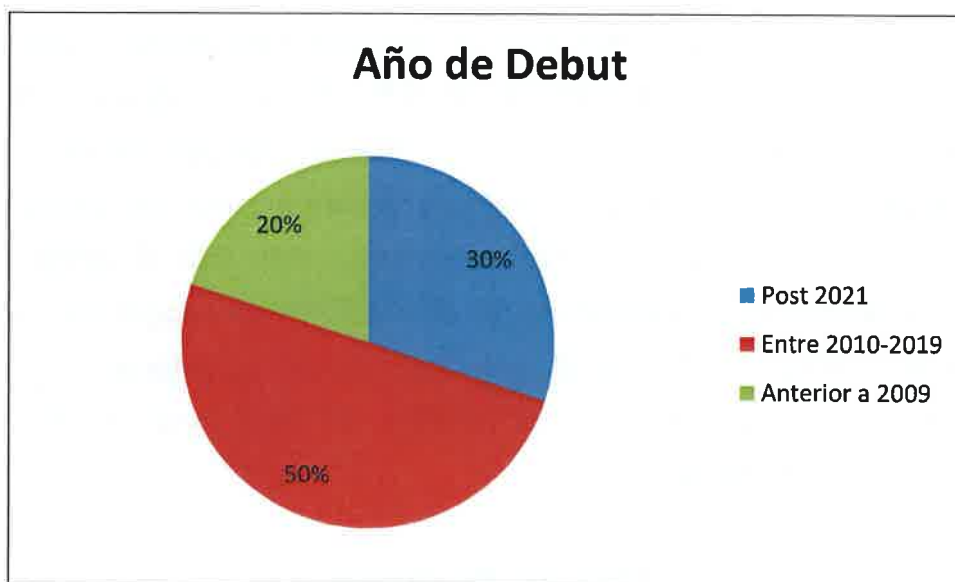
Gráfica 2. Distribución según hospitales de Referencia

Las personas con DM tipo I han sido los que más han usado el servicio de atención psicológica, representando un 82% del total. (Gráfica 3). Estos porcentajes se explican mayoritariamente por la atención en las colonias diabetológicas ya que la mayoría de los asistentes son niños con DM tipo I. Por otra parte, el 18% de los pacientes atendidos, han sido diabetes II. Las intervenciones con las que suelen acudir al servicio de psicología para trabajar la primera noticia, facilitar estrategias para poder adaptarse a la nueva situación, pautas en cuanto a la gestión de situaciones conflictivas o emocionalmente estresantes.



Gráfica 3. Tipo de Diabetes.

Los pacientes suelen necesitar apoyo psicológico al poco tiempo de recibir la noticia del diagnóstico de diabetes. Por lo que el 30% han sido los pacientes que han sido atendidos por ser primera noticia y afrontar el proceso de duelo ante el diagnóstico y los cambios que suponen en una rutina nueva. El 20% de los pacientes atendidos son los que han debutado antes de 2009, es decir, son aquellos pacientes con mayor edad. Y finalmente, los casos con diagnóstico entre el año 2010 y 2019 son actualmente el 50% de los pacientes atendidos.



Gráfica 4. Año del debut.

El tipo de intervención realizada se ha clasificado en visitas individuales, campamento y asistencia familiar (Gráfica 5). La mayoría de intervenciones son con la familia, ya que se trata de menores y se les interviene para pautar las recomendaciones de las rutinas a llevar a cabo. Dentro de las intervenciones familiares también se atiende de forma individual a los pacientes directamente cuando se trata de mayores de 8 años. En los menores de 8 años, se hace la intervención con los padres o tutores. El 24% de los pacientes fueron atendidos en campamento, por parte del equipo pluridisciplinar.



Gráfica 5. Distribución intervenciones por tipo de intervención

La situación del COVID hace que las citas queden canceladas y se haya reducido la intervención individual de forma presencial en SEDE. En dichos casos se reajustaba una cita o se hacía de manera telemática o telefónica con la familia.

VALORACIÓN DEL SERVICIO

En el año 2017 se reactivó el servicio de atención psicológica dentro de la asociación, y desde ese momento se ha venido incrementado el uso de este servicio por parte de las personas con diabetes o sus familiares. El objetivo de prestar apoyo psicológico ante el cambio de vida que se produce tras el diagnóstico de diabetes se ha cumplido, aunque seguimos pensando que este servicio puede llegar a un mayor número de asociados.

A pesar de que, este año, debido a la situación de pandemia, se han visto reducidos, cancelados o modificados las intervenciones, las actividades y los talleres programados. Consideramos necesario mantener esa tendencia para que tanto pacientes como familiares puedan mejorar la adaptación a los cambios que se producen en su día a día.

Puntos fuertes del proyecto

La necesidad de acompañamiento en el proceso de asumir una enfermedad crónica.

La demanda de atención y asesoramiento psicológico por parte de las familias con un menor al que recientemente han diagnosticado Diabetes Mellitus tipo 1.

Apoyo en el cambio de hábitos, así como identificación de las barreras y dotación de estrategias para su superación.

<p>Puntos débiles</p>	<ul style="list-style-type: none"> - La limitación de la jornada laboral (10h semanales) impide dar respuesta a todas las necesidades detectadas. - Estigmatización de la figura del psicólogo, que a día de hoy aún existe y que dificulta la asistencia al servicio. - Baja conciencia de enfermedad de los pacientes con diabetes tipo 2. - La situación de pandemia ha dificultado e impedido la realización de actividades previstas para este año. A su vez, al ser pacientes de riesgo se han querido exponer menos.
<p>Elementos clave del éxito del proyecto</p>	<ul style="list-style-type: none"> - La mayor fuente de derivación al servicio se da desde los hospitales. Cuanta más disponibilidad muestre el servicio de psicología al hospital, mayor será el número de derivaciones. - Las reuniones de equipo son un elemento de éxito pues dan espacios a la reflexión, al impulso de nuevos proyectos, a la crítica constructiva, a la búsqueda de soluciones y alternativas ante problemas que puedan surgir. - La divulgación y visibilidad a través de redes sociales y correo electrónico facilitan el acercamiento y la concienciación de la población.
<p>Propuestas de mejora a incorporar</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Mejorar la atención en los hospitales de referencia y en la sede de la asociación. - Seguir realizando actividades dirigidas a niños, jóvenes y familias. - Incrementar el número de actividades dirigidas a conseguir una mayor adherencia al tratamiento de pacientes con DM tipo II. - Mejorar la difusión de las actividades de ADIBA. - Talleres mensuales en grupos de adolescentes con el objetivo de ampliar conocimientos de la enfermedad y gestionar las emociones.

DIVULGACIÓN EN REDES SOCIALES PSICOLOGÍA

9 DE MARZO DE 2021

Cuando los cuidados que reciben son excesivos

PELIGROS DE LA SOBREPOTECCIÓN

Encuentranos: www.adiba.org [adiba](#) [adibablog](#) [adibainstagram](#) [adibafacebook](#) [adibayoutube](#) [adibapodcast](#)

SERVICIO DE ATENCIÓN PSICOLÓGICA ADIBA

6 DE ABRIL DE 2021

EN VEZ DE ESTO **INTENTA ESTO**

Siempre estás de mal humor → ¿Ves que tienes un mal día (¡hablamos?)

(Relájate!) → No digas nada, da espacio y pide si puedes hacer algo para ayudar

(Qué exagerado/a eres!) → Debe ser una situación muy difícil, no me puedo imaginar por lo que estás pasando

Encuentranos: www.adiba.org [adiba](#) [adibablog](#) [adibainstagram](#) [adibafacebook](#) [adibayoutube](#) [adibapodcast](#)

SERVICIO DE ATENCIÓN PSICOLÓGICA ADIBA

27 DE ABRIL DE 2021

ASPECTOS PSICOLÓGICOS DE LA DIABETES

Encuentranos: www.adiba.org [adiba](#) [adibablog](#) [adibainstagram](#) [adibafacebook](#) [adibayoutube](#) [adibapodcast](#)

SERVICIO DE ATENCIÓN PSICOLÓGICA ADIBA

9 DE JUNIO DE 2021

¡LLEGA EL VERANO!

Y CON ÉL, LAS TAREAS ESCOLARES

ASÍ QUE OS PROPONEMOS ALGUNOS EJERCICIOS MAS ORIGINALES

→

Encuentranos: www.adiba.org [adiba](#) [adibablog](#) [adibainstagram](#) [adibafacebook](#) [adibayoutube](#) [adibapodcast](#)

SERVICIO DE ATENCIÓN PSICOLÓGICA ADIBA

13 DE JULIO DE 2021

¿CÓMO AFECTA LA ANSIEDAD EN LA DIABETES?

El estrés puede afectar al control de la diabetes a través de dos posibles mecanismos

DIRECTAMENTE
A través de la secreción de las hormonas del estrés

INDIRECTAMENTE
Interfiriendo con las conductas de autocuidado

Encuentranos: www.adiba.org [adiba](#) [adibablog](#) [adibainstagram](#) [adibafacebook](#) [adibayoutube](#) [adibapodcast](#)

SERVICIO DE ATENCIÓN PSICOLÓGICA ADIBA

8 DE NOVIEMBRE DE 2021

TALLERES GRATUITOS **VALORTEMA** **GRUPO CERRADO PLAZAS LIMITADAS**

PSICOLOGÍA ADIBA

Talleres para jóvenes entre 13 y 17 años que quieran compartir un tiempo con sus iguales, pudiendo hablar de diferentes temáticas, realizando actividades de resolución de conflictos y juegos fomentando las habilidades sociales.

FECHAS Y HORARIO:

FECHA	HORARIO
VIERNES 19 DE NOVIEMBRE	18:00h - 19:00h
VIERNES 17 DE DICIEMBRE	18:00h - 19:00h
VIERNES 14 DE ENERO	18:00h - 19:00h
VIERNES 18 DE FEBRERO	18:00h - 19:00h
VIERNES 18 DE MARZO	18:00h - 19:00h
VIERNES 29 DE ABRIL	18:00h - 19:00h
VIERNES 20 DE MAYO	18:00h - 19:00h
VIERNES 17 DE JUNIO	18:00h - 19:00h

UBICACIÓN: Calle de Cala Bona, 15 - Palma - Pabellón San Esteban

INSCRIPCIONES: <https://adiba.org/valor-tema> o valor@adiba.org

TEMÁTICAS:

- INFLUENCIA SOCIAL
- MANEJO DE PENSAMIENTOS NEGATIVOS
- CONDUCTAS ASERTIVAS
- MANEJO EN SITUACIONES DE ESTRÉS
- AUTOESTIMA Y ASPECTOS DE LA PERSONALIDAD
- HABILIDADES COMUNICATIVAS
- TALLER DE PREGUNTAS SOBRE SEXUALIDAD
- BULLYING
- GESTIÓN DE EMOCIONES
- USO TÉCNICAS PARA MEJORAR LA CONCENTRACIÓN Y RESPONSABILIDAD

Encuentranos: www.adiba.org [adiba](#) [adibablog](#) [adibainstagram](#) [adibafacebook](#) [adibayoutube](#) [adibapodcast](#)

SERVICIO DE ATENCIÓN PSICOLÓGICA ADIBA

5 DE DICIEMBRE DE 2021

16 DE DICIEMBRE DE 2021



ASESORÍA EN NUTRICIÓN Y DIETÉTICA

Desde el año 2005 la asociación dispone de una dietista-nutricionista para el servicio de la Asesoría de Nutrición y Dietética debido a su importancia dentro del tratamiento médico nutricional de las personas con diabetes. El rol de este profesional sanitario se recoge en la "Estratègia de diabetis de les Illes Balears 2011 a 2015", y las guías internacionales como: "ISPAD Guidelines for Diabetes in childhood and adolescence IDF-2011"; "Standards of Medical Care in diabetes ADA- 2012"; "Practice Guidelines for the Prevention and Management of Diabetes in Canada, CDA- 2008"; y "Diabetes UK Position Statements and Care Recommendations Evidence-based nutrition guidelines for the prevention and management of diabetes- Diabetes UK- 2011".

La asesoría se ha consolidado gracias a la colaboración con los profesionales sanitarios de los diferentes hospitales, el trabajo del equipo multidisciplinar de la Asociación y gracias a las numerosas actividades que se realizan, tal y como se muestra a continuación:

Servicio de Asesoría Nutrición y Dietética de ADIBA

Descripción	Ofrecer asesoramiento en materia de nutrición y dietética en diabetes a todas las personas que necesiten información y educación.
Destinatarios	Personas con diabetes, familiares y profesionales que traten con personas con diabetes.
Nº beneficiarios	Total: 150 personas distribuidos en diferentes actividades: Consulta individual: 34; Atención telemática: 5; Campamentos ADIBA: 26 niños; Webinar ADIBA: 33 apuntados; Talleres a usuarios de diferentes Asociaciones: 3 talleres con una participación total de 34 asistentes; Formaciones a profesionales de diferentes Asociaciones o

empresas: 2 formaciones a trabajadores de AMADIP con un total de 18 asistentes.

Se han colgado los webinars en "Youtube" y hay un total de 127 visualizaciones.

Fecha de ejecución	Inicio: 1 de enero de 2021 Finalización: 31 de diciembre de 2021
Actividades realizadas	<ol style="list-style-type: none"> 1. Consulta de Nutrición y Dietética individualizada: 34 personas, que han generado 114 intervenciones. 2. Webinar "Aprende a contar raciones": el 2 de junio 2021 vía ZOOM, se apuntaron 28 personas. El webinar se subió a Youtube y ha generado 110 visualizaciones. 3. Webinar "Alimentación en DM2": el 27 de octubre 2021 vía ZOOM, se apuntaron 5 personas. El webinar se subió a Youtube y ha generado 17 visualizaciones. 4. Talleres a diferentes organizaciones sobre la alimentación en diabetes a nivel usuario. Acudieron un total de 34 usuarios. 5. Formaciones a profesionales de diferentes entidades, se formó a 18 trabajadores. 6. Organización y participación en los Campamentos de Educación Diabetológica de Baleares: 26 niños, niñas y jóvenes. En 2021, se hicieron dos campamentos, el de peques (7-12 años) en el Campamento de La Victoria (Port d'Alcudia) y el de jóvenes (13-17 años) en Albergue La Vinyeta (Ciutadella, Menorca) 7. Consultas telemáticas: se han atendido 5 personas vía zoom, skype, teléfono o en el correo electrónico de nutricionista@adiba.es. Las cuales han generado 10 intervenciones. 8. Actividades de gestión: desarrollo contenidos de Alimentación en página WEB y RRSS, actualización WEB y facebook adiba, etc. 9. Reuniones de Equipo: se realizan 1 reunión mensual con el equipo multidisciplinar de la asociación, donde se hace un seguimiento de los sistemas de gestión de calidad.
Personas implicadas	Andrea Cadenas Pérez, Dietista-Nutricionista. Col. nº IB 00112.

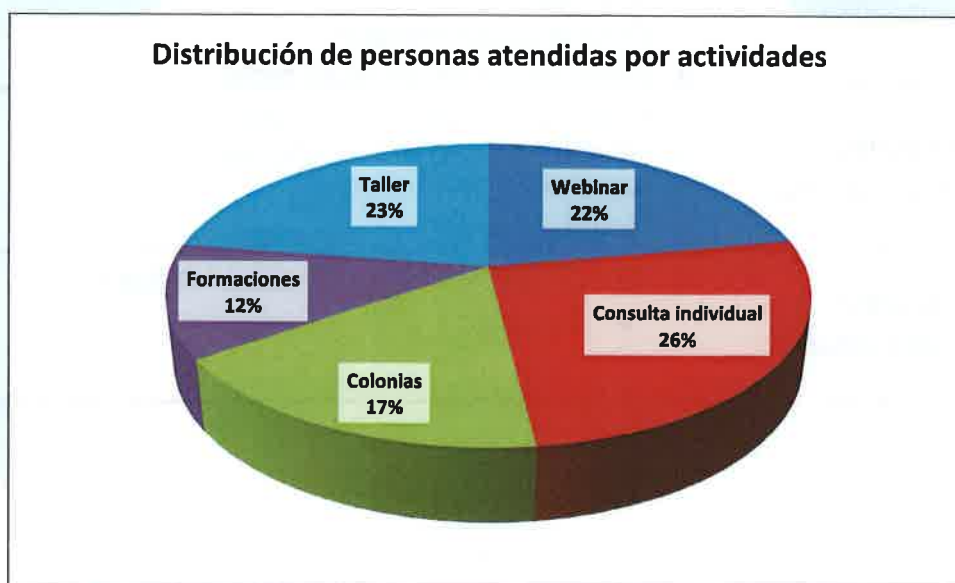
Personas colaboradoras	<p>Colaboración con el profesional interno: Leonor Bonnín (Trabajadora Social), Adela Villalonga (Trabajadora Social), María Pons (Psicóloga) y Cristina Hill (Psicóloga).</p> <p>Colaboración de profesionales externos: Servicios de endocrinología y pediatría de hospitales y clínicas.</p>
Implicación	Contrato laboral: 10 horas semanales (desde abril 2017-actualidad).
Forma de contacto	<p>971 723243</p> <p>nutricionista@adiba.es</p>
Lugares de realización	<ul style="list-style-type: none"> • Sede de ADIBA – Calle Ter 27, 1er piso Despacho 14. Palma • Vía online • En la sede de AMADIP • En el centro social de La Riera
Entidades colaboradoras	<ul style="list-style-type: none"> • Hospital Son Espases – Palma. • Hospital de Son Llätzer – Palma. • Hospital de Manacor. • Hospital de Inca
Entidades Financiadoras	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Govern de les Illes Balears - IB-Salut. ➤ Cruz Roja

INFORME DE RESULTADOS DEL PROYECTO

La distribución de las personas atendidas en las diferentes actividades del servicio de nutrición y dietética realizadas se muestra en la **Gráfica 1**.

En 2021, hemos continuado sin poder asistir a hospitales a realizar talleres, pero hemos realizado webinars y talleres a usuarios de entidades, así como formaciones a trabajadores de diferentes Asociaciones.

Gráfica 1.



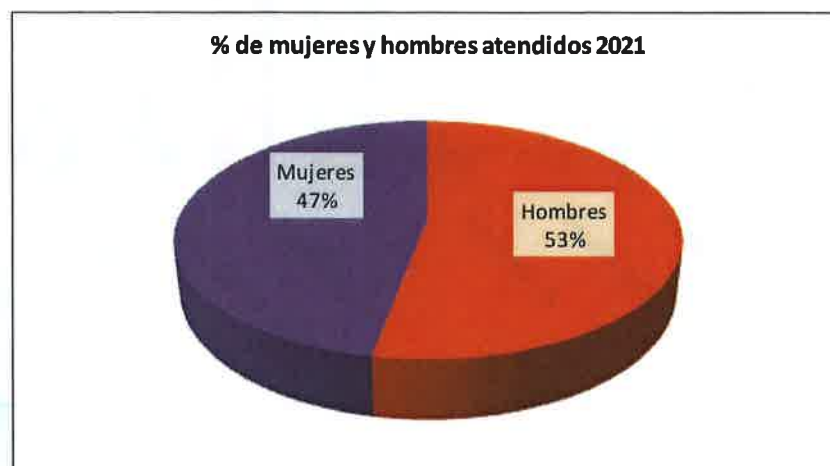
1. CONSULTA INDIVIDUALIZADA DE NUTRICIÓN Y DIETÉTICA

Durante el 2021 han sido atendidos por el Servicio de Asesoramiento de Nutrición y Dietética a un total de **34 personas con diabetes** de manera individual; presencial y telemática que han generado **114 intervenciones**. Por tanto, el número de visitas media por persona ha sido de 3,3 (Min: 1 y Max: 10).

El 47% han sido mujeres y el 53% hombres como muestra la **Gráfica 2**.

La edad media ha sido de 32 años en mujeres (Min: 7 años, Max: 63 años). En hombres la edad media ha sido de 40 años (Min: 8, Max: 77)

Gráfica 2.



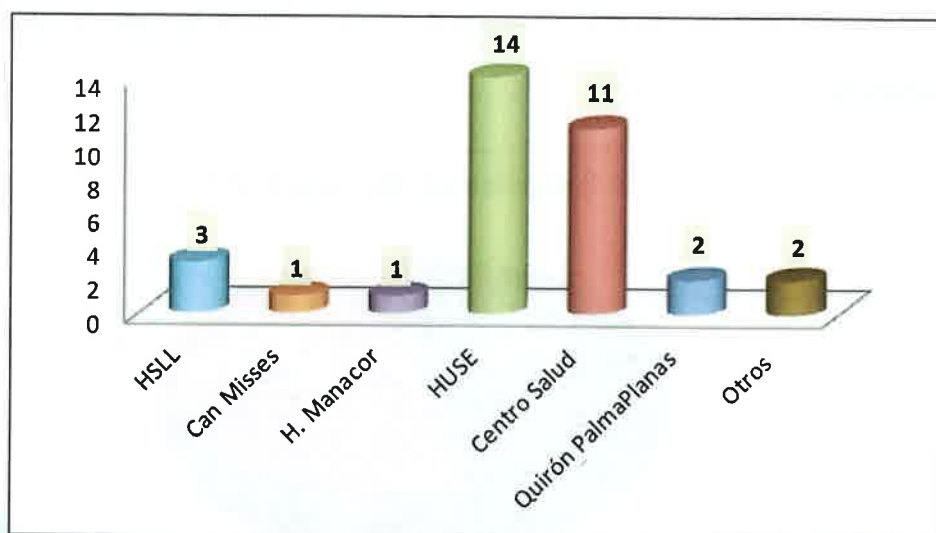
Este año se ha atendido a más personas con diabetes tipo 1, un 53% frente al 47% con diabetes tipo 2, tal y como refleja la **Gráfica 3**.

Gráfica 3.



En la **Gráfica 4** se representan el número de personas atendidas en total distribuidos en función de su centro de referencia. El mayor número de personas atendidas son del Hospital de Son Espases (41%).

Gráfica 4.



2. WEBINARS

Este año se ha organizado dos webinars, uno de ellos se realizó el 02 de junio de 2021 vía ZOOM con el nombre "Aprende a contar raciones", fue realizado por la Nutricionista de la Asociación, Andrea Cadenas y se inscribieron 29 personas, se subió a Youtube y ha generado 110 visualizaciones. A los asistentes se les pasó una encuesta de satisfacción, contestaron 4. La media de satisfacción global fue: 9,25 (sobre 10).

El segundo taller que se realizó el 27 de octubre de 2021, vía ZOOM con el nombre "Alimentación en diabetes tipo 2", fue realizado por la nutricionista de la Asociación, Andrea Cadenas y se inscribieron 5 personas, se subió a Youtube y ha generado 17 visualizaciones.

Los webinar se pueden volver a visualizar en la página web de ADIBA: www.adiba.org en el apartado de recursos o en Yotube en la página: "Asociación ADIBA"

3. TALLERES

En 2021, nuestra nutricionista Andrea Cadenas, realizó 3 talleres diferentes:

- 15 de febrero: Alimentación en Diabetes tipo 2. En el centro social la Riera con una participación de 14 usuarios.
- 12 de mayo: Alimentación en Diabetes. En AMADIP, con una asistencia de 6 usuarios.
- 31 de mayo: Bajar de peso con diabetes. En el centro social la Riera con una participación de 14 usuarios.

4. FORMACIONES

En 2021, nuestra nutricionista Andrea Cadenas, realizó 2 formaciones a trabajadores de AMADIP, el día 26 de mayo y el 22 de diciembre. Con una asistencia de 17 profesionales. El objetivo de estas formaciones es que los diferentes profesionales que trabajan con usuarios con diabetes puedan ganar autonomía y conocimientos, tanto en el tratamiento de las hipoglucemias, hiperglucemias, también sobre alimentación, etc.

La formación del 26 de mayo fue online, y se hizo a través de ZOOM. Hubo una asistencia de 5 profesionales.

La formación del 22 de diciembre fue presencial en la Residencia de AMADIP (Camí Son Alegre, 47. Pla de na Tessa). Hubo una asistencia de 12 profesionales.

5. COLONIAS DE EDUCACIÓN DIABETOLÓGICA

La Dietista-Nutricionista forma parte de la organización y coordinación de las 40ª Colonias de Educación Diabetológica de ADIBA. En 2021, el campamento fue organizado íntegramente por las trabajadoras de ADIBA (trabajadoras sociales, psicóloga y nutricionista). Se contrató el director de campamento, monitores y se reservó las instalaciones.

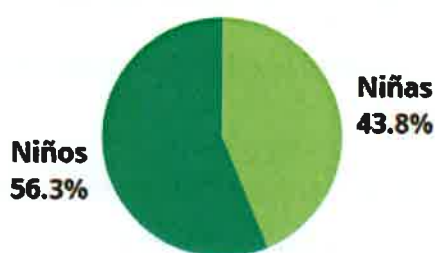
Se hicieron dos campamentos en función de la edad:

- Campamento de peques (7-12 años): En el campamento de La Victoria de Alcudia. Participaron 16 niñ@s. La distribución de niñas fue un 43,8% frente al 56,3% de niños, como se muestra en la **Gráfica 5**. En la **Gráfica 6** se muestra la asistencia de otros años a las colonias organizadas por ADIBA. 6 de los participantes eran la primera vez que venía.

Y en la **Gráfica 7** se muestra la distribución de los participantes según su población. El 50% de los participantes son de Palma.

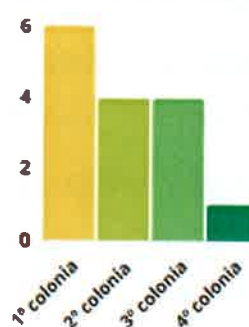
Gráfica 5.

Porcentaje de niños y niñas



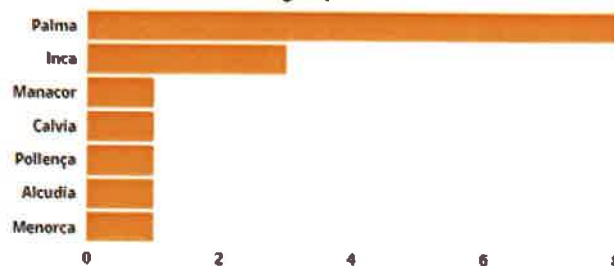
Gráfica 6.

¿A cuántas colonias han asistido?



Gráfica 7.

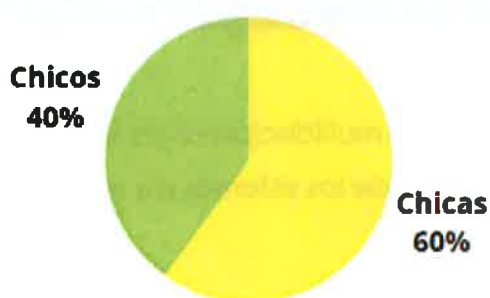
Distribución de participantes según población



- Campamento de jóvenes (13-17 años): En el Albergue de la Vinyeta, Ciutadella. Participaron 20 jóvenes. La distribución de chicas fue un 60% frente al 40% de chicos, como se muestra en la **Gráfica 8**. En la **Gráfica 9** se muestra la asistencia de otros años a las colonias organizadas por ADIBA, 8 de los participantes ya habían acudido a 4 o más colonias de ADIBA. Y en la **Gráfica 10** se muestra la distribución de los participantes según su población. El 41% de los jóvenes que acuden al campamento son de Palma.

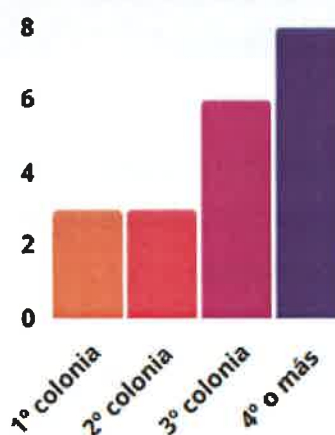
Gráfica 8.

Porcentaje de niños y niñas



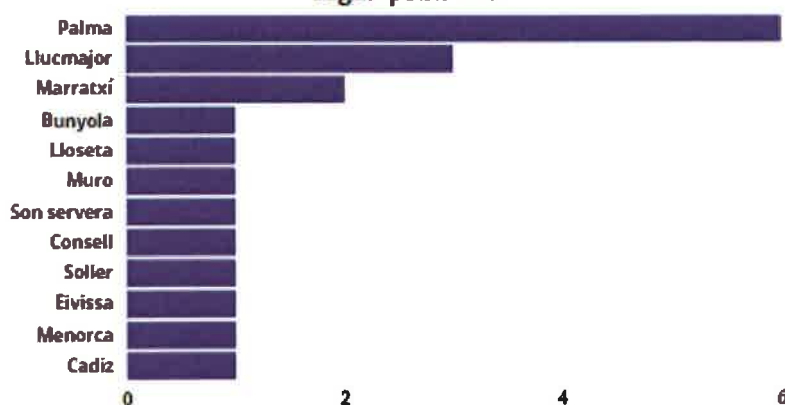
Gráfica 9.

¿A cuántas colonias han asistido?



Gráfica 10.

Distribución de participantes según población



Durante el campamento la Dietista-Nutricionistas: Andrea Cadenas Pérez realizó las funciones correspondientes de hacer una buena educación nutricional a los niños participantes, también revisión y supervisión de los menús.

6. ACTIVIDADES DE GESTIÓN

- Actualización de material nutricional para pacientes y profesionales.
- Actualización de los contenidos de la **WEB** con recetas adecuadas para las personas con diabetes.
- Actualización de los contenidos de las Redes Sociales, Facebook e Instagram, con diferente información nutricional y recetas.
- Colaborar en la planificación y organización de otras actividades de la asociación: este año, sobretodo campamento y Webinar.
- Atender, informar y recibir sugerencias de los socios.

7. REUNIONES DE EQUIPO Y GESTIÓN DE CALIDAD

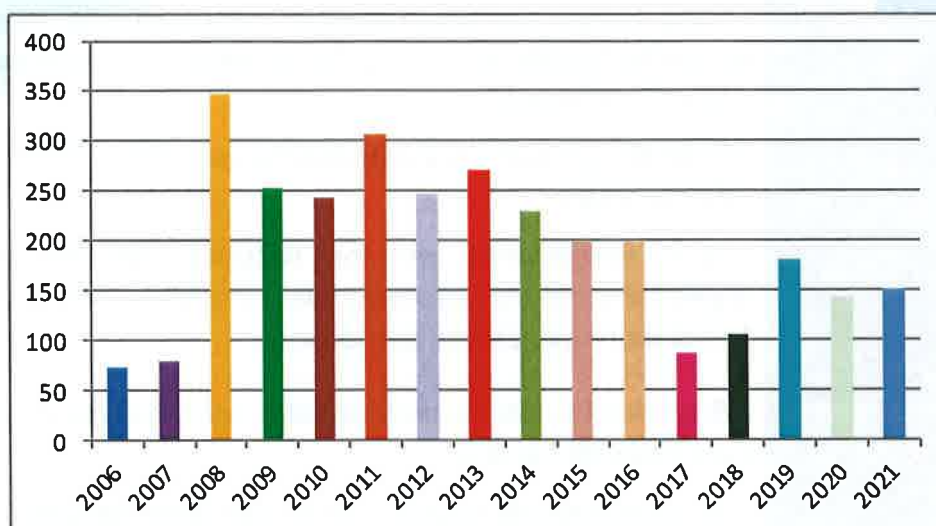
Se realizan 1 reunión mensual con el equipo multidisciplinar de la asociación, donde se hace un seguimiento de los sistemas de gestión de calidad.

EVOLUCIÓN DEL PROYECTO

Durante estos últimos años el número de personas que se benefician de la Asesoría de Nutrición y Dietética ha ido disminuyendo, aunque en el 2019 volvió a subir, tanto en 2020 y 2021, debido a la situación sanitaria del COVID, el número de personas beneficiarias sigue por debajo. En el 2021, ha habido un aumento con respecto al 2020, sobre todo ha habido un aumento en talleres y formaciones.

En la **Gráfica 11** se muestra la evolución. Hay que señalar que durante el año 2006 y 2007 la Dietista-Nutricionista estuvo contratada 5 horas a la semana, a partir del 2008 pasó a 20 horas a la semana, en el 2015 fueron 15 horas a la semana y durante el 2016 fueron 8 horas a la semana. En 2017 se contrató a una nueva Dietista-Nutricionista que está contratada 10 horas a la semana, que continúa en la Asociación, en 2019 aumentó a 15 horas, pero en 2020 volvió a 10 horas y así continúa.

Gráfica 11.



VALORACIÓN DEL PROYECTO

<p>Puntos fuertes del proyecto</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Necesidad de la persona con diabetes de recibir asesoramiento dietético-nutricional individualizado - Colaboración estrecha con los profesionales de los servicios de endocrinología de los Hospitales de Son Espases, Son Llätzer, Manacor e Inca. - Este año, 2021, ha habido un acercamiento en Atención Primaria, para poder hacer formación a los profesionales de centros de salud. - Las colonias de verano son la principal actividad que se realiza para los niños con diabetes. - Acuerdo de colaboración firmado con el hospital de Son Espases, hospital de Manacor y hospital de Son Llätzer. - Las actividades que se organizan desde ADIBA influyen en que se conozca más el servicio de nutrición. - Desde que se ofrece el servicio de psicológica desde la asociación la atención que se hace al usuario ha mejorado, ya que se trabajaba en conjunto numerosos casos.
<p>Puntos débiles</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Falta tiempo para mantener un contacto más estrecho con los profesionales sanitarios de los diferentes hospitales y de Atención Primaria. - Falta tiempo para hacer más talleres y más actividades para niños y adultos. - Las limitaciones en los recursos de la Asociación especialmente los profesionales, impiden dar respuesta a todas las necesidades detectadas.
<p>Elementos clave del éxito del proyecto</p>	<ul style="list-style-type: none"> - El contacto con los profesionales sanitarios de los diferentes hospitales de las islas. - Las reuniones de equipo son un elemento de éxito pues dan espacios a la reflexión, al impulso de nuevos proyectos, a la crítica constructiva, a la búsqueda de soluciones y alternativas ante problemas que puedan surgir. - La motivación y apoyo entre las personas que trabajamos en la Asociación es un elemento clave del éxito del proyecto.
<p>Propuestas de mejora</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Potenciar la derivación de las personas con diabetes a la asociación por parte de los servicios de endocrinología de adultos.

- Difusión de la asociación y sus actividades entre centros de salud.
- Seguir realizando talleres divulgativos, tanto de cocina como de educación nutricional, así como formación a profesionales de diferentes ámbitos.

DIVULGACIÓN EN REDES SOCIALES NUTRICIÓN

<p>2 de FEBRERO 2021 Natillas de chocolate</p> <p>NATILLAS DE CHOCOLATE (10 unidades)</p> <p>100g chocolate 85% sin azúcar 3 huevos 600g leche sernodesnatada Edulcorante al gusto (yo puse 4 cucharadas de sucralosa)</p> <p>Triturar los huevos, la leche y el edulcorante. Poner en un cazo en el fuego y sin dejar de remover cuando la leche este caliente, agregar el chocolate y remover hasta que espese. Verter las natillas inmediatamente en vasos individuales, dejar enfriar aproximadamente 1 hora. Servir y disfrutar de unas natillas de chocolate riquísimas!</p>	<p>5 de MARZO 2021 Tarta de chocolate</p> <p>TARTA DE CHOCOLATE EN DOS VERSIONES</p> <p>INGREDIENTES</p> <p>ELABORACIÓN</p> <p>INFO NUTRICIONAL</p>	<p>23 de MARZO 2021</p> <p>¿TIENES DIABETES TIPO 2?</p> <p>CONSEJOS PARA MEJORAR LA DIABETES TIPO 2</p> <p>CUIDA TU ALIMENTACIÓN</p> <ul style="list-style-type: none"> Cuida las porciones. Las verduras y frutas serán tu mejor aliado. Consume productos integrales, son más saciantes. Distíngue la entre hambre y ansiedad. No te olvides de las legumbres. ¡Usa los productos naturales y frescos! <p>REALIZA ACTIVIDAD FÍSICA</p> <ul style="list-style-type: none"> La OMS recomienda 150min durante la semana. Empieza con ejercicios fáciles y ve progresando a tu ritmo. El signo de la fuerza será tu mayor aliado. La caminata y los videos te ayudara a mantenerlo activo. Bás te siempre con los demás. Se constante, ¡no te rendas! <p>No te aseguro que sea fácil, pero sin duda valdrá la pena. Recuerda que tu salud es importante.</p>
<p>21 de ABRIL 2021</p> <p>PREPARADOS EN CASEROS SALUDABLES</p> <p>TUBERCULOS</p> <p>CEREALES INTEGRALES</p> <p>FRUTAS FRESCAS Y SECAS</p> <p>VERDURAS</p>	<p>11 de MAYO 2021 Ham. De verduras</p> <p>HAMBURGUESITAS DE VERDURAS</p> <p>INGREDIENTES</p> <p>ELABORACIÓN</p> <p>INFO NUTRICIONAL</p>	<p>11 de JULIO 2021 Helados saludables</p> <p>HELADOS SALUDABLES</p> <p>Frutas congeladas + Fruta congelada = Helado saludable</p> <p>Chocolate 70% + Avocado = Helado saludable</p> <p>Leche evaporada + Miel = Helado saludable</p> <p>Yogur griego + Frutas = Helado saludable</p>
<p>8 de OCTUBRE 2021</p> <p>4 IDEAS DE DESAYUNOS Fáciles y con índice glucémico bajo</p> <p>DESILIZA</p>	<p>27 de DIC. 2021 Turrón tipo Suchard</p> <p>Turrón tipo "Suchard" Sin azúcar añadido</p> <p>Ingredientes:</p> <p>Elaboración:</p> <p>RACIÓN</p>	

ENTIDADES PATROCINADORAS Y COLABORADORAS

Por último, agradecer y dejar constancia del soporte institucional y de entidades privadas, su colaboración es fundamental en el desarrollo de este proyecto.

PATROCINADORES



COLABORADORES



HOJA DE FIRMA DE MEMORIA DE ACTIVIDADES

La Memoria de Actividades que contiene este documento ha sido aprobada por los miembros de la Asamblea General de la Asociación en la sesión del día 30 de marzo de 2022, y se firman con la conformidad de los miembros de la Junta Directiva:

 Presidenta: Catalina Taberner Salvà	 Vice-presidenta y Tesorera: Leticia Mª. Hevia Cortés
 Secretario: Gabriel Ginard García	 Vocal 1º: Pablo Serrano Belmonte
 Vocal 2º: María del Mar Meliá Ros	 Vocal 3º: Magdalena Amengual Binimelis
 Vocal 4º: Nuria Bermejo Santano	 Vocal 5º: Manuela de la Vega Llompart
 Vocal 6º: Ana Mª. Amengual Borrás	